


## Lampiran 1



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
 Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia  
 Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: [akademik@umpo.ac.id](mailto:akademik@umpo.ac.id) website :  
[www.umpo.ac.id](http://www.umpo.ac.id)  
 Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B  
 (SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

---

Nomor : 1229/IV.6/PN/2017	20 Muharram 1439 H
Lamp. : -	10 Oktober 2017 M
Hal : Permohonan Data Awal LTA	

Kepada  
 Yth. Kepala Dinas Kesehatan  
 Di-  
 Ponorogo

Assalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Pendidikan D-III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2017 / 2018, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun *Laporan Tugas Akhir (penelitian/riset sederhana)* lingkup kebidanan.

Untuk kegiatan dimaksud mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan informasi kepada mahasiswa / mahasiswi kami dalam mengadakan survey / kunjungan guna mencari data awal pada penyusunan *Laporan Tugas Akhir*. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama	: Febrina Oktavia Marwati
NIM	: 15621518
Lokasi Penelitian	: BPM T. Wijayanti Bringin Kauman Ponorogo
Judul Penelitian/Riset	: Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil sampai dengan KB

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wasalamu 'alaikum w. w.



Dekan,  
Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes.  
 NIK. 19791215 200102 12

## Lampiran 2



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia  
 Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: [akademik@umpo.ac.id](mailto:akademik@umpo.ac.id) website :  
[www.umpo.ac.id](http://www.umpo.ac.id)  
 Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B  
 (SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor : 1204/IV.6/PN/2017  
 Lamp. : -  
 Hal : Permohonan Data Awal LTA

19 Muharram 1439 H  
 9 Oktober 2017 M

Kepada  
 Yth. BPM T. WIJAYANTI  
 Kec. KAUMAN  
 Di-  
 Ponorogo

Asalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Pendidikan D-III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2017 / 2018, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun *Laporan Tugas Akhir (penelitian/riset sederhana)* lingkup kebidanan.

Untuk kegiatan dimaksud mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan informasi kepada mahasiswa / mahasiswi kami dalam mengadakan survey / kunjungan guna mencari data awal pada penyusunan *Laporan Tugas Akhir*. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama : FEBRINA OKTAVIA MARWATI  
 NIM : 15621518  
 Lokasi Penelitian : BPM T. WIJAYANTI  
 Judul Penelitian/Riset : Asuhan Kebidanan pada Ny. X Masa Hamil sampai dengan KB

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wasalamu 'alaikum w. w.

Wakil Dekan,

Metti Verawati, S.Kep.Ns., M.Kes.  
 NIK 19800520 200302 12

## Lampiran 3

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada :  
Yth. Calon Responden  
Di tempat.

Dengan hormat,

Saya sebagai mahasiswa Prodi D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, bermaksud melakukan “Asuhan Kebidanan pada masa kehamilan, bersalin, nifas, bayi baru lahir, dan keluarga berencana”. Asuhan Kebidanan ini dilakukan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Saya mengharapkan partisipasi saudara atau asuhan yang saya lakukan. Saya menjamin kerahasiaan dan identitas saudara. Informasi yang saudara berikan hanya semata-mata digunakan untuk pengembangan ilmu kebidanan dan tidak digunakan untuk maksud lain.

Atas perhatian dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Ponorogo, 08 Maret 2018



Febrina Oktavia Marwati  
15621518

## Lampiran 4

**LEMBAR PERETUJUAN MENJADI RESPONDEN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : HERIYANI  
Umur : 33 Tahun  
Pendidikan : SD  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
Alamat : Turi Jetis Ponorogo

Setelah mendapatkan penjelasan maksud dan tujuan serta memahami pelaksanaan studi kasus Asuhan Kebidanan secara *continuity of care* pada ibu hamil, bersalin, nifas, bayi baru lahir, dan KB oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi klien dalam pelaksanaan Asuhan Kebidanan secara *continuity of care* tersebut.

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, 18 Maret 2018

Yang menyatakan

  
(HERIYANI)



## Lampiran 5



Dilahirkan oleh ibu hamil (G/P/A), tanggal 15-6-2017, umur 22-3-2018  
 Lingkar Lengan Atas: 35 cm; KEK ( ), Non KEK ( ), Tinggi Badan 160 cm  
 Colongan Darah: .....  
 penggunaan kontrasepsi sebelum kehamilan ini: .....  
 Riwayat Penyakit yang diderita ibu: .....  
 Riwayat Alergi: .....

Tgl	Keluhan Sekarang	Tekanan Darah (mmHg)	Berat Badan (kg)	Umur Kehamilan (Minggu)	Tinggi Fundus (Cm)	Letak Janin Kep/Su/Li	Denyut Janin/Menit
2/7	T.a.a	100	50 kg	9 2/7	Belum terdapat		
1/7	Batuk pilek	100	55 kg	14 minggu	1/2 p.t.s.g.y.p.		
1/7	T.a.a	100	57 kg	18 2/7	1/2 p.t.s.g.y.p.	Pada p.t.s.g.y.p.	140
1/7	T.a.a	100	61 kg	23 minggu	Sekarang p.t.s.g.y.p.	Pada p.t.s.g.y.p.	140
2/7	Punggung sakit		60 kg	26 2/7			
18	T.a.a	110	65 kg	35 3/7	27 cm	kep ut p.t.s.g.y.p.	140
18	T.a.a	120	64 kg	36 3/7	28 cm	kep ut p.t.s.g.y.p.	140
18	T.a.a	120	66 kg	38	27 cm	kep ut p.t.s.g.y.p.	140

Jumlah persalinan 1, Jumlah keguguran 0, G/P/A 0  
 Jumlah anak hidup 1, Jumlah lahir mati 1  
 Jumlah anak lahir kurang bulan 1, anak 11 + 4 2 prematur  
 Jarak kehamilan ini dengan persalinan terakhir (bulan/tahun) 2 tahun  
 Status imunisasi Imunisasi TT terakhir (bulan/tahun) 2 tahun  
 Penolong persalinan terakhir: Kiki Dokter 3 HE  
 Cara persalinan terakhir: N Spontan/Normal 1 Tindakan

Kaki Bengkak	Hasil Pemeriksaan Laboratorium	Tindakan (pemberian TT, Fe, terapi, rujukan, umpan balik)	Hasil yang disampaikan	Keterangan Tempat Pelayanan Nama Pemeriksa (Paraf)	Kapan Harus Kembali
-/+	Tes urin (+)	- Vitella x7 - Gestasi x7 - BE - - Erit x7 - Calf x7	6/21	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c 20-9-17 1 b/c 1 b/c 1 b/c
-/+	- Erit 2x1 - Cam 1x1	Gigi = 6/6 BR - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	6/6 BR - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.
-/+		- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	- Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7 - Gestasi x7	Wah R. Wah R. Wah R. Wah R.	1 b/c Wah R. Wah R. Wah R.



## Lampiran 6

**SKRINING / DETEKSI RISKI IBU RINGAN TINGGI**  
**OLEH**  
**PKK DAN PETUGAS KESEHATAN**

Nama : Ny. H Umur Ibu : 33 Th.  
 Hamil ke 3 , Haid Terakhir tgl : 19/17 Perkiraan Persalinan tgl : 22/3 18  
 Pendidikan : Ibu SD Suami SMP  
 Pekerjaan : Ibu Ibu Rumah Tangga Suami Swasta

I	II	III	IV	Tribulan 10/18
KEL. F.R.	NO.	Masalah / Faktor Risiko	SKOR	
		Skor Awal Ibu Hamil	2	2
I	1	Terlalu muda, hamil I < 16 th	4	
	2	a. Terlalu lambat hamil I, kawin > 4th	4	
		b. Terlalu tua, hamil I > 35 th	4	
	3	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 th)	4	
	4	Terlalu lama hamil lagi (> 10 th)	4	
	5	Terlalu banyak anak, 4 / lebih	4	
	6	Terlalu tua, umur > 35 tahun	4	
	7	Terlalu pendek < 145 Cm	4	
	8	Pernah gagal kehamilan	4	
	9	Pernah melahirkan dengan :		
		a. Tarikan tang / vakum	4	
		b. Uri dirogo	4	
		c. Diberi infus/Transfusi	4	
	10	Pernah Operasi Sesar	8	4
II	11	Penyakit pada ibu hamil :		
		a. Kurang darah b. Malaria	4	4
		c. TBC Paru d. Payah jantung	4	
		e. Kencing Manis (Diabetes)	4	
		f. Penyakit Menular Seksual	4	
	12	Bengkak pada muka / tungkai dan Tekanan darah tinggi	4	
	13	Hamil kembar 2 atau lebih	4	
	14	Hamil kembar air (Hydramnion)	4	
	15	Bayi mati dalam kandungan	4	
	16	Kehamilan lebih bulan	4	
	17	Letak Sangsang	8	
	18	Letak Umpang	8	
III	19	Pendarahan dalam kehamilan (3)	8	
	20	Preeklampsia Berat / Kejang 2	8	
JUMLAH SKOR				10

**PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN – RUJUKAN TERENCANA**

JML. SKOR	KEHAMILAN		PERSALINAN DENGAN RISIKO			
	KEL. RISKI	PERS. WATAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENG. LONGS	RUJUKAN
2	KRM	BIDAN	TEPAK DINI	BUMAH PERUMHO	BIDAN	
3-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PM	POLINDES PMKRS	BIDAN DOKTER	
> 12	KRB	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER	

Kematian Ibu dalam kehamilan : 1. Abortus 2. Lain-lain

**KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJAT**  
**PERENCANAAN PERSALINAN AMAN**

Tempat Perawatan Kehamilan : 1. Posyandu 2. Polindes 3. Rumah ( )  
 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Praktek Dokter

Persalinan : Melahirkan tanggal : ..... / ..... / .....

**RUJUKAN DARI :** 1. Sendiri 2. Dukun 3. Bidan 4. Puskesmas  
**RUJUKAN KE :** 1. Bidan 2. Puskesmas 3. Rumah Sakit 4. Puskesmas

**RUJUKAN :**  
 1. Rujukan Dini Berencana (RDB) / 2. Rujukan Tepat Waktu (RTW)  
 Rujukan Dalam Rahim (RDR) 3. Rujukan Terlambat (RTlt)

**Gawat Obstetrik :** Kel. Faktor Risiko I & II  
 1. ....  
 2. ....  
 3. ....  
 4. ....  
 5. ....  
 6. ....  
 7. ....

**Gawat Darurat Obstetrik :**  
 • Kel. Faktor Risiko III  
 1. Perdarahan antepartum  
 2. Eklampsia  
 • Komplikasi Obstetrik  
 3. Perdarahan postpartum  
 4. Uri Tertinggal  
 5. Persalinan Lama  
 6. Panas Tinggi

**TEMPAT :** 1. Rumah Ibu 2. Rumah bidan 3. Polindes 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan  
**PENOLONG :** 1. Dukun 2. Bidan 3. Dokter 4. Lain-2  
**MACAM PERSALINAN :** 1. Normal 2. Tindakan pervaginam 3. Operasi Sesar

**PASCA PERSALINAN :**  
**IBU :** 1. Hidup 2. Mati, dengan penyebab :  
 a. Perdarahan b. Preeklampsia/Eklampsia c. Partus lama d. Infeksi e. Lain-2  
**TEMPAT KEMATIAN IBU :** 1. Rumah ibu 2. Rumah bidan 3. Polindes 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan 7. Lain-2  
**BAYI :** 1. Berat lahir : .... gram, Laki-2/Perempuan 2. Lahir hidup : Apgar Skor : ..... 3. Lahir mati, penyebab : ..... 4. Mati kemudian, umur .... hr, penyebab : ..... 5. Kelainan bawaan : tidak ada / ada

**KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)**  
 1. Sehat 2. Sakit 3. Mati, penyebab : .....  
 Pemberian ASI : 1. Ya 2. Tidak

**Keluarga Berencana :** 1. Ya ..... / Sterilisasi 2. Belum Tahu

**Kategori Keluarga Miskin :** 1. Ya 2. Tidak  
**Sumber Biaya :** Mandiri / Bantuan : .....

## Lampiran 7

**PENAPISAN IBU BERSALIN**

APABILA DIDAPATI SALAH SATU ATAU LEBIH PENYULIT SEPERTI BERIKUT DIBAWAH INI PASIEN HARUS **DIRUJUK** :

NO	PENYULIT	YA	TIDAK
1.	Riwayat Bedah Besar		√
2.	Perdarahan Pervaginam		√
3.	Persalinan Kurang Bulan (Usia Kehamilan Kurang Dari 37 Minggu)		√
4.	Ketuban Pecah Dengan Mekonium Yang Kental		√
5.	Ketuban Pecah Lama (Lebih 24 Jam)		√
6.	Ketuban Pecah Pada Persalinan Kurang Bulan (Kurang Dari 37 Minggu Usia Kehamilan)		√
7.	Ikterus		√
8.	Anemia Berat		√
9.	Tanda/Gejala Infeksi		√
10.	Preeklampsia/Hipertensi Dalam Kehamilan		√
11.	Tinggi Fundus 40 Cm Atau Lebih		√
12.	Gawat Janin		√
13.	Primipara Dalam Fase Aktif Dengan Palpasi Kepala Janin Masih 5/5		√
14.	Presentasi Bukan Belakang Kepala		√
15.	Presentasi Majemuk		√
16.	Kehamilan Gemelli		√
17.	Tali Pusat Menumbung		√
18.	Syok		√
19.	Ibu Hamil TKI		√
20.	Suami Pelayaran		√
21.	Suami/Ibu Hamil Bertato		√
22.	HIV/AIDS		√
23.	PMS		√
24.	Anak Mahal		√



## Lampiran 8

**LEMBAR OBSERVASI**

**A. MASUK KAMAR BERSALIN** Tgl. : 10 - 03 - 2018 Jam: 20.00 WIB

**ANAMNESE** His mulai tgl. : 10 - 03 - 2018 Jam: 18.00 WIB

Darah :  $\ominus$

Lendir :  $\ominus$

Ketuban pecah/belum : Vernix Jam: 18.00 WIB

Keluhan Lain :  $\ominus$

**B. KEADAAN UMUM** Tensi : 100/70 mmHg

Suhu/Nadi : 36.5°C / 84 x/menit

Oedema :  $\ominus$

Lain-Lain :  $\ominus$

**C. PEMERIKSAAN OBSTETRI** 1. Palpasi : 28 cm & ketup.

2. DJJ :  $\oplus$  136 x/menit

3. His 10" : 2 x .x, Lama: 25 detik

4. VT. Tgl : 10 - 03 - 2018 Jam: 18.00 WIB

5. Hasil :  $\phi$  1 cm, eff 25% ketuban  $\ominus$ . H<sub>1</sub>

6. Pemeriksa : Bidan / Nela Rahmawati NIP 126

**CATATAN PERKEMBANGAN**

Tanggal/ Jam	S	O				A	P (NAMA BIDAN)		
		His dlm 10"		DJJ (x/mnt)	Tensi			Suhu/ Nadi	VT
		Berapa kali	Lama						
10/3 22.45	Perangsang	2	25	140					
23.15	Keluar cairan rembes dan jalan lahir	2	25	138					
23.45		2	25	138					
00.15		2	25	140					
00.45		2	25	140					
01.15		2	25	136	100/70	36.7°C / 80	$\phi$ 1 cm		
01.45		2	25	138					
02.15		2	25	140					
02.45		2	25	140					
03.15		2	25	138					
03.45		2	25	136					
04.15		2	25	140					
04.45		2	25	136	100/70	36.5°C / 80	$\phi$ 1 cm		
05.15		2	25	136					

### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Perawatan Payudara Ibu Hamil  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 08 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

a. Tujuan Umum :

Ibu memahami tentang perawatan payudara ibu hamil

b. Tujuan Khusus :

Ibu mengerti tentang waktu melakukan perawatan payudara, manfaat melakukan perawatan payudara, langkah-langkah melakukan perawatan payudara, saran saat melakukan perawatan payudara, akibat tidak dilakukan perawatan payudara, syarat boleh dilakukan perawatan payudara

c. Materi : Perawatan Payudara Ibu Hamil

d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab


e. Media : Leaflet terlampir

f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

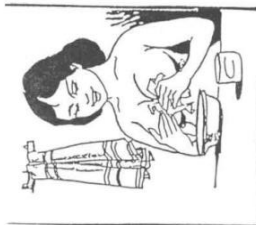
g. Evaluasi

Ibu dapat mengulang kembali tentang waktu melakukan perawatan payudara, manfaat melakukan perawatan payudara, langkah-langkah melakukan perawatan payudara, saran saat melakukan perawatan payudara, akibat tidak dilakukan perawatan payudara, syarat boleh dilakukan perawatan payudara.

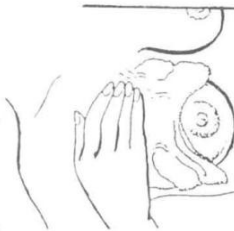
 Pembimbing Lahan  
 Ds. WONOREJO  
 Kec. JETIS Kab. PONOROGO  
Indah Rahmawati S.ST Keb

Mahasiswa  
FEBRINA  
Febrina Oktavia Marwati

6. membersihkan payudara dan puting memakai air hangat dan air dingin.



7. mengeringkan dengan handuk bersih



Saran pada saat melakukan perawatan payudara:

- jangan membersihkan payudara dengan alkohol atau yang lainnya yang bersifat iritasi karena dapat menyebabkan puting susu lecet.
- setelah melakukan perawatan payudara, gunakan BH yang nyaman dan bersifat menyangga

**Puting Lecet**



**Kasus yang sering terjadi jika tidak dilakukan perawatan payudara:**

- ASI tidak keluar, hal ini sering terjadi baru keluar setelah 2 hari atau lebih.
- puting susu tidak menonjol sehingga bayi kesulitan mengisap.
- produksi ASI sedikit sehingga tidak cukup dikonsumsi bayi
- infeksi pada payudara, payudara bengkak atau bernanah.
- muncul benjolan di payudara dan lain-lain.

**Syarat boleh dilakukannya perawatan payudara:**

ibu tidak pernah aborsi

## Perawatan Payudara Ibu Hamil



OLEH  
FEBRINA OKTAVIA M  
15621518

Program Studi DIII Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo  
2017



perawatan payudara sangat penting dilakukan selama kehamilan sampai masa menyusui, karena payudara merupakan satu-satunya aset yang memproduksi ASI yang merupakan makanan pokok bayi baru lahir sehingga harus dilakukan sedini mungkin.

#### Kapan dilakukan dimulai perawatan payudara?

perawatan payudara pada kehamilan sebaiknya dilakukan pada saat umur kehamilan diatas enam bulan atau sudah memasuki trimester tiga. Jika melakukan perawatan dilakukan pada kehamilan muda akan menyebabkan kontraksi pada rahim yang akan membahayakan bagi ibu dan bayi.



#### Apa saja manfaat perawatan payudara pada kehamilan ?

- menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu.
- melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga memudahkan bayi untuk menyusui.
- merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI banyak dan lancar.
- dapat sesegera mungkin mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya.
- mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui.

#### Langkah-langkah perawatan payudara:

1. Mempersiapkan bahan dan alat (minyak kelapa atau baby oil; handuk kering; waslap; baskom; air hangat dan air dingin; kapas atau kasa)



2. mencuci tangan



3. melicinkan kedua tangan dengan minyak, kompres puting dengan kasa atau kapas yang diberi minyak selama 5 menit agar kotoran mudah diangkat



4. meletakkan ibu jari dan telunjuk pada puting susu, lalu putar puting susu ke kiri dan kekanan sambil ditarik keluar. lakukan 20 kali.



5. memegang pangkal payudara dengan kedua tangan, lalu melakukan pengurutan ke arah puting susu sebanyak 30 kali.



6. setelah diurut, ketuk-ketuklah payudara memakai ujung jari atau ruas jari.




### SATUAN ACARA PENYULUHAN

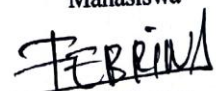
Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Gizi Seimbang Pada Ibu Postpartum  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 14 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

- a. Tujuan Umum :  
Ibu memahami tentang gizi seimbang pada ibu postpartum
- b. Tujuan Khusus :  
Ibu mengerti tentang pengertian gizi ibu nifas, tujuan pemenuhan gizi seimbang pada ibu postpartum, tanda-tanda kekurangan gizi, kebutuhan kalori dan zat gizi ibu postpartum, cara mengatasi kekurangan gizi, pesan dasar gizi seimbang, contoh menu seimbang bagi ibu menyusui.
- c. Materi : Gizi Seimbang Ibu Postpartum
- d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab
- e. Media : Leaflet terlampir
- f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

- g. Evaluasi  
Ibu dapat mengulang kembali tentang pengertian gizi ibu nifas, tujuan pemenuhan gizi seimbang pada ibu postpartum, tanda-tanda kekurangan gizi, kebutuhan kalori dan zat gizi ibu postpartum, cara mengatasi kekurangan gizi, pesan dasar gizi seimbang, contoh menu seimbang bagi ibu menyusui.

 Pembimbing Lahan  
 Ds. WONOKETRO  
 Kec. JETIS KEB. PONOROGO  
 Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa  
  
 Febrina Oktavia Marwati

### **Cara Mengatasi Kekurangan Gizi**

1. Konsultasi ke tenaga kesehatan yang terdekat
2. Mengonsumsi makanan yang bergizi
3. Pola makan yang teratur
4. Kesadaran dalam kegiatan gizi buruk
5. Mendukung dan melaksanakan program pemerintah tentang cara mengatasi gizi buruk.

### **13 Pesan Dasar Gizi Seimbang :**

1. Santap aneka ragam makanan
2. Makan makanan untuk memenuhi kebutuhan energi
3. Makan sumber karbohidrat setengah dari kebutuhan energi
4. Batasi lemak seperempat dari kecukupan energi
5. Gunakan garam beryodium
6. Makan – makanan sumber zat besi
7. Berikan ASI kepada bayi sampai berumur 6bln
8. Biasakan makan pagi
9. Minum air bersih, aman dan cukup jumlahnya

10. Berakutifitas fisik dan olah raga teratur
11. Hindari minum – minuman beralkohol
12. Baca label pada makanan kemasan
13. Makan – makanan yang aman bagi kesehatan



### **Contoh Menu Seimbang Untuk Ibu Yang Menyusui**

1. Makan pagi : nasi, telur, tempe, sayur, buah papaya
- m. Makan siang : nasi, ikan, urap sayur n, pepes tahu, buah jeruk
- n. Makan malam : nasi, sayur, ikan, pisang.



# **GIZI SEIMBANG PADA IBU POST PARTUM**



FEBRINA OKTAVIA M  
15621518

DIII KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MHAMMADIYAH  
PONOROGO



## TAHUKAH ANDA TENTANG GIZI...???

Gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan untuk melakukan fungsinya, yaitu sebagai penghasil energi, pembangunan memelihara dan mengatur proses kehidupan.

Gizi seimbang adalah makanan yang mengandung zat tenaga, zat pembangunan dan zat pengatur yang dikonsumsi seseorang dalam suatu hari, sesuai dengan kecukupan tubuhnya.



## Apa Tujuan Pemenuhan Gizi Seimbang

### Bagi Ibu Post Partum...???

- Memulihkan kondisi tubuh ibu setelah melahirkan dan mencegah perombakan zat gizi dari tubuh ibu.
- Memproduksi asi yang cukup dan memberi kadar kalori maksimal dalam asi.

- Meningkatkan daya tahan terhadap penyakit bagi ibu dan bayi..
- Mempertahankan dan meningkatkan kebugaran dan stamina.
- Memberi cukup vitamin A bagi ibu dan bayi sehingga terhindar dari kebutaan.
- Untuk memperlancar bekerjanya fungsi organ-organ tubuh.
- Mengoptimalkan tumbuh kembang bayi.
- Meningkatkan perkembangan sel-sel otak bayi



## Tanda – Tanda Kelelahan Gizi

Pada Ibu :

1. Berat badan kurang dari normal
2. Aktivitas ibu menurun
3. Sering mengalami pusing, letih dan lesu
4. Resiko timbulnya anemia.

Pada Bayi :

1. Berat badan kurang dari normal
2. Tumbuh kembang bayi lambat
3. Sering rewel, menangis
4. Rambut warna merah kusam



## Kebutuhan kalori dan zat gizi bagi

### Ibu post partum :

#### KALORI

Rata-rata ibu harus mengkonsumsi 2300 - 2700 kalori ketika menyusui.

#### ZAT GIZI

- a. Kalori, sumbernya : karbohidrat, lemak, dan protein.
- b. Protein.
- c. Kalsium.
- d. Cairan.
- e. Vitamin B12.
- f. Karbohidrat.
- g. Vitamin C.
- h. Lemak.
- i. Sayuran dan buah-buahan.
- j. Zat besi.
- k. Garam beriodium




### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Perawatan Payudara Pada Masa Menyusui  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 18 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

- a. Tujuan Umum :  
Ibu memahami tentang Perawatan Payudara Pada Masa Menyusui
- b. Tujuan Khusus :  
Ibu mengerti tentang pengertian, waktu melakukan perawatan payudara, cara perawatan payudara setelah melahirkan (post partum), langkah-langkah perawatan payudara.
- c. Materi : Perawatan Payudara Pada Masa Menyusui
- d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab
- e. Media : Leaflet terlampir
- f. Proses Penyuluhan

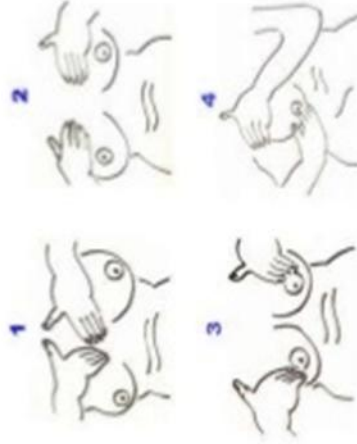
Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

- g. Evaluasi  
Ibu dapat mengulang kembali tentang pengertian, waktu melakukan perawatan payudara, cara perawatan payudara setelah melahirkan (post partum), langkah-langkah perawatan payudara.

 **BIDAN**  
 Pembimbing Lahan  
 Ds. WONOREJO  
 Kec. JETIS Kab. PONOREJO  
Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa  
Febrina Oktavia Marwati

## PERAWATAN PAYUDARA PADA MASA MENYUSUI



Oleh

FEBRINA OKTAVIA M  
15621518

DIII EBI DANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
PONOROGO

### 3. Pengurutan III

Satu payudara dan telapak tangan menopang yang lainnya menggenggam dan mengurut dari pangkal menuju puting susu. Lakukanlah secara bergantian pada payudara kiri dan kanan. Lakukanlah sebanyak 15 - 30 kali.



### 4. Pengurutan IV

Merangsang payudara dengan mengompreskan air hangat dan air dingin secara bergantian dengan memakai waslap, dilakukan sebanyak 15 - 30 kali. Bisa juga dilakukan oleh ibu pada saat akan mandi di kamar mandi dengan menggunakan waskom kecil berisi air hangat diguyur atau diciprat - cipratkan ke payudara dan untuk air dinginnya bisa dilakukan saat ibu mandi dengan air dingin.



Selanjutnya dikeringkan dengan handuk dan alat - alat yang dipakai dibersihkan.

- ⊗ Jangan membersihkan puting susu dengan sabun atau alcohol karena dapat menyebabkan puting susu lecet / sakit
- ⊗ Perawatan dilakukan 2 kali sehari sebelum mandi
- ⊗ Pakailah BH khusus untuk menyusui bayi (BH yang menyangga payudara)



### ☑ Apakah yang disebut payudara ?

Payudara adalah pelengkap organ reproduksi wanita dan bisa mengeluarkan air susu.

### ☑ Kapan kita dapat melakukan perawatan payudara ?

Perawatan payudara dapat dilakukan pada saat kehamilan (ante natal) dimana dimulai pada usia kehamilan 4 atau 6 bulan, dan pada saat setelah melahirkan (post partum)

### ☑ Bagaimana cara perawatan payudara setelah melahirkan ( post partum ) ?

Cara perawatannya yaitu dapat dilakukan sambil duduk dibangku atau bisa juga saat ibu sebelum mau mandi sambil berdiri, sebelum memulai kita harus terlebih dahulu mempersiapkan sedikit peralatan seperti :

- ✕ Handuk 2 buah
- ✕ Waslap 2 buah
- ✕ Waskom 2 buah masing - masing berisi air hangat dan air dingin
- ✕ Kipas minimal 4 buah
- ✕ Minyak kelapa / Baby oil
- ✕ Tempat sampah
- ✕ Peniti 2 buah
- ✕ Mangkok plastic untuk menampung air susu.

### 1. Pengurutan I

Lakukan pengurutan, arah pengurutan dimulai kearah atas kemudian kesamping, telapak tangan kiri kearah samping kiri dan telapak tangan kanan kearah sisi kanan.



Selanjutnya diteruskan kearah bawah samping. Lakukan pengurutan ini sebanyak 15 - 30 kali.

Selanjutnya letakkan kedua telapak tangan disalah satu payudara bagian bawahnya dengan posisi telapak tangan yang satu diatas dan yang satu dibawah ( posisi bertumpuk ). Lalu digerakkan secara bergantian keatas sambil menyentuh daerah payudara yang satunya lagi, lakukan sebanyak 15 - 30 kali.

Dilanjutkan dengan arah gerakan yang terakhir adalah melintang yaitu tempatkan kedua telapak tangan di bawah kedua payudara kiri dan kanan, kemudian secara bersamaan digerak - gerakan keatas sambil menyentuh sedikit payudara dan dilepas perlahan-lahan, lakukanlah sebanyak 15 - 30 kali.

### 2. Pengurutan II

Salah satu tangan menopang payudara sedang tangan yang lainnya mengurut payudara dari pangkal menuju puting susu dengan tangan dikepalkan. Lakukanlah sebanyak 15 - 30 kali.

2



### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Keluarga Berencana  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 05 April 2018  
 Waktu : 10 menit

- a. Tujuan Umum :  
Ibu memahami tentang Keluarga Berencana
- b. Tujuan Khusus :  
Ibu mengerti tentang pengertian KB, manfaat KB, siapa saja yang dapat menggunakan KB, macam-macam metode kontrasepsi, keuntungan, keterbatasan, efektifitas, dan efek samping dari setiap kontrasepsi.
- c. Materi : Keluarga Berencana
- d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab
- e. Media : Leaflet terlampir
- f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

- g. Evaluasi  
Ibu dapat mengulang kembali tentang pengertian KB, manfaat KB, siapa saja yang dapat menggunakan KB, macam-macam metode kontrasepsi, keuntungan, keterbatasan, efektifitas, dan efek samping dari setiap kontrasepsi.

 **Pembimbing Lahan**  
**INDAH RAHMAWATI, A.M.M. KES**  
 Ds. WONOREJO  
 Kec. JETIS

Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa



Febrina Oktavia Marwati



### IMPLANT / SUSUK KB

Dipasang di lengan atas bagian dalam.

- Ada yang berisi 2 batang dan 1 batang. Efektif selama 3 tahun.
- Mengandung hormon progesteron
  - Tidak mengganggu produksi ASI
  - Tidak mengganggu hubungan seksual
  - Dapat dicabut setiap saat sesuai kebutuhan & kembali kesuburan cepat
  - Dapat terjadi perubahan pola haid
  - Dapat terjadi perubahan berat badan



### IUD (Intra Uterine Device) / SPIRAL

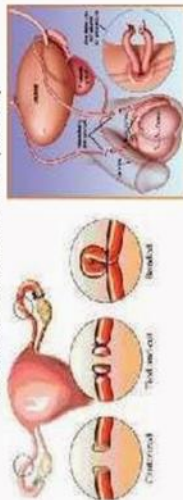
- Spiral ditanam di dalam rahim untuk mencegah pertemuan sel telur dengan sperma
- Efektivitas tinggi
  - Jangka panjang (8 – 10 tahun)
  - Tidak mengganggu produksi ASI
  - Tidak mengganggu hubungan seksual
  - Tidak mempengaruhi berat badan
  - Haid bisa lebih banyak

### KONTRASEPSI MANTAP (STERIL)

Khusus digunakan untuk pasangan suami istri yang benar-benar tidak menginginkan tambah anak lagi.

- Dilakukan dg cara pembedahan(bisa bius lokal)
- Harus dilakukan oleh dokter terlatih
- Sangat efektif dan bersifat permanen
- Tidak ada efek samping
- Tidak ada perubahan fungsi seksual

Contoh: Metode Operatif Wanita (MOW)  
Metode Operatif Pria (MOP)



### Kapan harus ber-KB?

6 minggu setelah melahirkan  
Dalam 7 hari saat haid  
Setiap saat jika tidak hamil



### SEMOGA BERNANFAAT

## Keluarga Berencana & KONTRASEPSI



Febrina Oktavia Marwati  
NIM: 15621518

Program Studi DIII Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Pono-  
togo



### APA sih KB itu?

KB = Keluarga Berencana adalah suatu usaha untuk mengatur jumlah dan jarak antara kelahiran anak, guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga



### APA Saja Manfaatnya??

- ☺ Menghindari kehamilan risiko tinggi
- ☺ Menurunkan angka kematian ibu dan bayi
- ☺ Meringankan beban ekonomi keluarga
- ☺ Membentuk keluarga bahagia sejahtera



### Siapa yang harus ber-KB??

Pasangan usia subur yaitu usia 15-49 tahun yang ingin menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, atau mengakhiri kehamilan



### Metode Kontrasepsi

merupakan cara, alat, obat-obatan yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan, antara lain:

1. Metode Laktasi
2. Kondom
3. Pil KB
4. KB suntik
5. Implan / Susuk



#### MAL (Metode Amenore Laktasi)

Metode KB yg cocok untuk ibu nifas. Syaratnya :

- menyusui bayi secara eksklusif setelah melahirkan (hanya ASI secara penuh, teratur, dan sesering mungkin)
- belum haid
- efektif hanya sampai 6 bulan

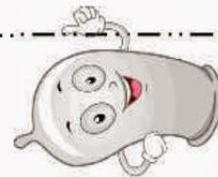
#### KONDOM

##### Keuntungan:

- Efektif bila digunakan dg benar
- Tidak mengganggu ASI
- Murah & mudah didapat
- Mencegah penyakit menular seksual

##### Keterbatasan:

- Efektivitas tidak terlalu tinggi
- Agak mengganggu hubungan seksual
- Bisa terjadi alergi bahan dasar kondom



#### PIL KB

- ✓ Efektif bila digunakan dengan benar
- ✓ Tidak mengganggu hubungan seksual
- ✓ Harus diminum setiap hari

Terdapat 2 macam:

##### 1. PIL KOMBINASI (Berisi 2 hormon yaitu estrogen dan Progesteron)

- TIDAK untuk ibu menyusui
- Contoh microgynon, mercilon, diane, yasmin, dll

##### 2. MINI PIL (Berisi 1 hormon yaitu Progesteron)

- Tidak mengganggu ASI, COCOK untuk ibu menyusui
- Dapat terjadi gangguan haid (siklus haid memendek/ memanjang, tidak haid, perdarahan bercak).
- Contoh : excludon, microlut, dll



#### KB Suntik

- ✓ Efektivitas tinggi, efek samping sedikit
- ✓ Tidak mengganggu hubungan seksual

Terdapat 2 macam :

##### 1. Suntikan 1 Bulan

- Mengandung estrogen dan progesteron
- Mengganggu produksi ASI
- Harus datang setiap 1 bulan untuk suntik

##### 2. Suntikan 3 bulan

- Mengandung progesteron saja
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Harus datang setiap 3 bulan untuk suntik
- Dapat terjadi gangguan haid




### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Kebutuhan Dasar Ibu Nifas  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 08 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

- a. Tujuan Umum :  
Ibu memahami tentang Kebutuhan Dasar Ibu Nifas
- b. Tujuan Khusus :  
Ibu mengerti tentang kebutuhan nutrisi dan cairan, macam kebutuhan nutrisi, keuntungan dan waktu yang tepat dalam melakukan ambulasi dini, kebutuhan eliminasi, kebutuhan kebersihan diri, kebutuhan istirahat, dan kebutuhan seksual ibu nifas.
- c. Materi : Kebutuhan Dasar Ibu Nifas
- d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab
- e. Media : Leaflet
- f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

- g. Evaluasi  
Ibu dapat mengulang kembali tentang kebutuhan nutrisi dan cairan, macam kebutuhan nutrisi, keuntungan dan waktu yang tepat dalam melakukan ambulasi dini, kebutuhan eliminasi, kebutuhan kebersihan diri, kebutuhan istirahat, dan kebutuhan seksual ibu nifas.

 **BIDAN**  
**Pembimbing Lahan**  
 Ds. WONOREJO  
 Kec. JETIS  
 Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa  
  
Febrina Oktavia Marwati



5

## ISTIRAHAT



Pada minggu-minggu awal menjadi ibu, tidur dan istirahat merupakan prioritas utama

ibu nifas memerlukan istirahat yang cukup, tidur yang dibutuhkan ibu nifas sekitar 8 jam pada malam hari dan 1 jam pada siang hari

6

## KEBUTUHAN Seksual iBU NIFAS



Ibu yang baru melahirkan boleh melakukan hubungan seksual kembali setelah 6 minggu persalinan dengan pertimbangan pada masa itu semua luka akibat persalinan, termasuk luka episiotomi dan luka bekas section cesarean ( SC ) telah sembuh



pada ibu postnatal, sering ditemukan kasus dispareunia atau sakit saat melakukan hubungan seksual

## KEBUTUHAN dASar Ibu NIFAS



### NUTRISI DAN CAIRAN



Kebutuhan cairan sedikitya 3 liter setiap hari




TINGGI KALORI  
TINGGI PROTEIN

Ibu harus mendapat asupan nutrisi yang cukup dari berbagai sumber makanan yang mengandung protein, lemak, karbohidrat, lemak, zinc, DHA, vitamin, magnesium jagalah kualitas dan kebersihan makanan

Febrina Oktavia Marwati  
NIM: 15621518



## 2 AMBULASI



**Early ambulation  
(ambulasi dini)  
24-48 jam setelah persalinan**

keuntungan aMBULasi :


- a. ibu merasa lebih sehat dan kuat
- b. fungsi usus, paru-paru, sirkulasi, paru-paru dan perkembangan lebih baik
- c. mencegah trombosis pada pembuluh tungkai
- d. memungkinkan untuk mengajarkan perawatan bayi pada ibu

## 3 ELIMINASI

**usahakan agar buang air kecil ( BAK ) segera setelah persalinan**

bila kandung kemih penuh dan ibu tetap tidak bisa BAK maka perlu dilakukan kateterisasi




ibu harus dijelaskan mengenai pentingnya untuk sering BAK karena bila kandung kemih penuh, rahim lunak dapat mengalami perdarahan



## 4 KEBERSIHAN DIRI

Pada hari-hari pertama pasca persalinan ibu masih dibantu untuk mandi dua kali sehari

membersihkan mulut dan gigi rambut, daerah kewanitaannya dapat dilakukan sendiri oleh ibu


### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Perawatan Bayi Baru Lahir  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 14 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

- a. Tujuan Umum :  
Ibu memahami tentang Perawatan Bayi Baru Lahir
- b. Tujuan Khusus :  
Ibu mengerti tentang pengertian bayi baru lahir, tujuan perawatan bayi baru lahir, macam-macam perawatan bayi baru lahir, tanda-tanda bahaya bayi baru lahir
- c. Materi : Perawatan Bayi Sehari-hari
- d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab
- e. Media : Leaflet terlampir
- f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

- g. Evaluasi  
Ibu dapat mengulang kembali tentang pengertian bayi baru lahir, tujuan perawatan bayi baru lahir, macam-macam perawatan bayi baru lahir, tanda-tanda bahaya bayi baru lahir

  
 Pembimbing Lahan  
 Ds. WUNOKERTO  
 Kec. JETIS  
 Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa  
  
 Febrina Oktavia Marwati



#### 6. perawatan Mata Bayi (jika kotor)



Bersihkan mata bayi dengan kapas bulat yang di celupkan air hangat

#### 7. perawatan Telinga Bayi (Jika Kotor)



Bersihkan dengan kapas bertangkai yang ujungnya dibasahi air hangat

#### 8. Menidurkan Bayi



Bayi tidur ± 16 jam/hari. pasang kelambu saat bayi tidur siang/malam dan pastikan bayi aman

#### 9. Memberikan ASI

Berikan ASI eksklusif hingga bayi umur 6 bulan



### TANDA—TANDA BAHAYA BAYI BARU LAHIR

1. Malas menyusu
2. Kejang
3. Mengantuk terus atau tidak sadar
4. Nafas cepat ( $> 60x/m$ ) atau nafas lambat ( $< 20x/m$ )
5. Tangisan merintih
6. Tubuh tampak kuning
7. Tali pusat kemerahan atau berbau



### PERAWATAN BAYI BARU LAHIR



Oleh :

Febrina Oktavia Marwati  
NIM: 15621518

Program Studi DIII Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



## BAYI BARU LAHIR (BBL)



Bayi yang lahir normal atau cukup bulan dengan lama kehamilan 37–42 minggu dan berat lahir 2500–4000 gram baik secara normal maupun operasi sesar.

### APA TUJUAN PERAWATAN BBL...?

1. Mempertahankan kebersihan dan kesehatan bayi
2. Mempertahankan kehangatan dan mencegah suhu bayi turun
3. Memastikan keamanan dan mencegah cedera atau infeksi
4. Mengidentifikasi masalah—masalah yang memerlukan perhatian segera

### Apa saja perawatan BBL yang dilakukan di rumah ???

#### 1. Perawatan tali pusat



- Jangan beri apapun, selalu pastikan dalam keadaan kering.
- Biasanya akan lepas sebelum 1-2 minggu
- Bungkus dengan kasa steril kering

#### 2. memandikan bayi baru lahir



Memandikan bayi menggunakan air hangat dan jangan terlalu lama, dan aman lalu pakaikan baju, dan topi agar menjaga kehangatannya

#### 3. Menjaga Kebersihan Kemaluan



Bersihkan dengan air seperti selesai BAB/BAK dan hindari menggunakan popok diapers sepanjang hari

#### 4. Menjaga Kehangatan Bayi



#### 5. perawatan kuku bayi



Gunting kuku bayi setiap panjang saat dia tidur dengan hati-hati


### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Pada Bayi Baru Lahir  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 18 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

- a. Tujuan Umum :  
Ibu memahami tentang Tanda Bahaya Pada Bayi Baru Lahir
- b. Tujuan Khusus :  
Ibu mengerti tentang pentingnya mengenali tanda bahaya pada bayi baru lahir, penyebab bayi baru lahir banyak meninggal dunia, macam-macam tanda bahaya bayi baru lahir, penanganan apabila terjadi tanda bahaya bayi baru lahir
- c. Materi : Tanda Bahaya Pada Bayi Baru Lahir
- d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab
- e. Media : Leaflet terlampir
- f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

- g. Evaluasi  
Ibu dapat mengulang kembali tentang pentingnya mengenali tanda bahaya pada bayi baru lahir, penyebab bayi baru lahir banyak meninggal dunia, macam-macam tanda bahaya bayi baru lahir, penanganan apabila terjadi tanda bahaya bayi baru lahir

 **BIDAN**  
**INDAH RAHMAWATI S.ST Keb**  
 Ds. WONOREJO  
 Kec. JETIS Kab. PONOREGO  
 Pembimbing Lahan  
Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa  
  
Febrina Oktavia Marwati

## SEGERA !!!

PERIKSAKAN BAYI KE  
DOKTER/ BIDAN/PERAWAT  
JIKA MENEMUKAN  
**SATU ATAU LEBIH TANDA**  
**BAHAYA PADA BAYI**

Usahakan bayi tetap hangat selama dalam perjalanan ke tempat pemeriksaan dengan cara :

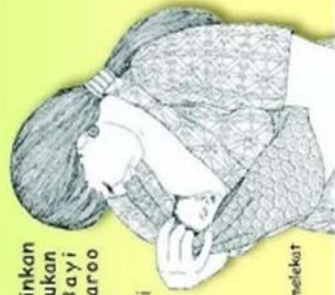
1. Membungkus atau menyelimuti bayi dengan kain yang kering, hangat dan tebal



2. Jangan meletakkan bayi di tepi jendela atau pintu kendaraan

3. Kalau memungkinkan dapat pula dilakukan perawatan Bayi Melekat (Kangaroo Mother Care)

4. Bayi terus disusui selama dalam perjalanan



Perawatan bayi melekat

**Waspadalah !!!**  
**Kenali segera**  
**Tanda-tanda**  
**Bahaya**  
**pada bayi ANDA**



di susun oleh :

DIII Kebidanan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



**TANDA-TANDA**  
**BAHAYA**  
Bayi baru lahir

Oleh

FEBRINA OKTAVIA M  
15621518

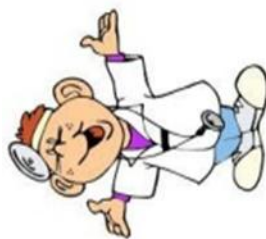
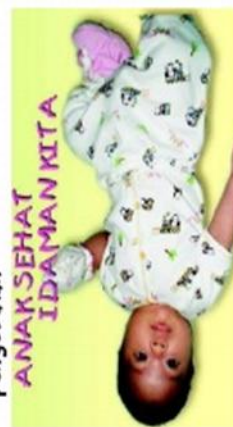


## Mengapa Penting Mengenali Tanda Bahaya pada BBL?

1. Bayi baru lahir gampang sakit. Kalau sakit, cepat menjadi berat dan serius bahkan bisa meninggal
2. Gejala sakit pada bayi baru lahir sulit dikenali
3. Dengan mengetahui tanda bahaya, bayi akan cepat mendapat pertolongan sehingga dapat mencegah kematian

## BBL Banyak Yang Meninggal Karena :

1. Terlambat mengetahui tanda bahaya
2. Terlambat memutuskan untuk membawa bayi berobat ke petugas kesehatan
3. Terlambat sampai ke tempat pengobatan



## ADA SAJA TANDA BAHAYA PADA BAYI BARU LAHIR??

1. Tidak mau menyusu atau memuntahkan semua yang diminum. Ini tandanya bayi terkena infeksi berat.
2. Bayi kejang
3. Bayi lemah, bergerak hanya jika dipegang. Ini tandanya bayi sakit berat.
4. Sesak nafas ( = 60 kali/menit)
5. Bayi merintih. Ini tandanya bayi sakit berat
6. Pusing kemerahan sampai dinding perut. Jika kemerahan sudah sampai dinding perut, tandanya sudah infeksi berat



7. Demam (suhu tubuh bayi lebih dari 37,5° C) atau tubuh teraba dingin (suhu tubuh bayi kurang dari 36,5° C)

8. Mata bayi bermanah banyak. Ini dapat menyebabkan bayi menjadi buta



9. Bayi diare, mata cekung, tidak sadar, jika kulit perut dicubit akan kembali lambat.



10. Kulit bayi terlihat kuning. Kuning pada bayi berbahaya jika muncul pada :
  - a. Hari pertama (kurang dari 24 jam) setelah lahir
  - b. Ditemukan pada umur lebih dari 14 hari
  - c. Kuning sampai ke telapak tangan atau kaki



11. Buang air besar/tinja bayi berwarna pucat

### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : Imunisasi  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 14 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

a. Tujuan Umum :

Ibu memahami tentang Imunisasi

b. Tujuan Khusus :

Ibu mengerti tentang pengertian imunisasi, manfaat imunisasi, penyakit yang dapat dicegah, macam-macam imunisasi, waktu melakukan imunisasi, efek samping imunisasi, hal yang harus diingat saat imunisasi, program baru imunisasi.

c. Materi : Imunisasi

d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab

e. Media : Leaflet terlampir

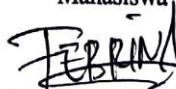
f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

g. Evaluasi

Ibu dapat mengulang kembali tentang Ibu mengerti tentang pengertian imunisasi, manfaat imunisasi, penyakit yang dapat dicegah, macam-macam imunisasi, waktu melakukan imunisasi, efek samping imunisasi, hal yang harus diingat saat imunisasi, program baru imunisasi.

 **BIDAN**  
**INDAH RAHMAWATI S.ST Keb**  
 Pembimbing Lahan  
 Ds. WONOKETRO  
 Kec. JETIS Kab. PONOROGO  
Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa  
  
Febrina Oktavia Marwati



### KEADAAN YANG MUNCUL SETELAH IMUNISASI

Hepatitis B	Kemerahan dan nyeri ditempat suntik
BCG	dua minggu setelah imunisasi, timbul pembengkakan kecil dan merah di tempat suntikan, lalu timbul bisul kecil dan menjadi luka parut.
DPT	bayi panas sore hari setelah imunisasi, akan turun dalam 1 - 2 hari. Di tempat suntikan merah serta nyeri (tidak berbahaya dan akan sembuh sendiri).
Polio	Reaksi Polio Umumnya Tidak Ada.
Campak	Anak mungkin panas dan timbul kemerahan

### Hal-hal yang perlu diingat !!!

1. Demam yang tidak terlalu tinggi bukan merupakan penghalang bagi anak untuk mendapatkan imunisasi.
2. Diare ringan bukan merupakan halangan untuk mendapatkan imunisasi
3. Imunisasi ulangan sebaiknya dilakukan untuk memperkuat kekebalan yang sudah didapat pada waktu bayi. Imunisasi Ulangan antara lain :
  - Imunisasi campak ulangan saat usia 24 - 36 bulan
  - Imunisasi DPT ulangan saat usia 18 bulan, 5 tahun, dan 12 tahun

### Program Baru Imunisasi PENTAVALEN

- Imunisasi pentavalen merupakan program baru dari pemerintah.
- Imunisasi ini adalah pengembangan dari imunisasi combo (DPT-HB).
- Imunisasi pentavalen berisi vaksin DPT-HB-Hib.
- Jadi, selain mencegah penyakit Difteri, Pertusis, tetanus dan Hepatitis B, tambahan vaksin Hib (Haemophilus influenzae type b) dapat mencegah penyakit radang otak/meningitis dan radang paru/ pneumonia



Oleh :  
Febrina Oktavia M  
15621518

DIII KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
PONOROGO

**“IMUNISASI**  
melindungi dari  
**PENYAKIT**  
Mencegah  
**kecacatan**  
dan  
**KEMATIAN”**

Usia	Imunisasi yang diberikan
0 bulan	Hepatitis B 0
1 bulan	BCG, Polio 1
2 bulan	DPT-HB-Hib 1, Polio 2
3 bulan	DPT-HB-Hib 2, Polio 3
4 bulan	DPT-HB-Hib 3, Polio 4
9 bulan	Campak
18 bulan	DPT-HB-Hib
24 bulan	Campak



## APAKAH IMUNISASI ITU?

Imunisasi adalah suatu usaha untuk memberikan kekebalan pada bayi dan anak terhadap penyakit tertentu

### Apa Manfaatnya??

- ☛ Daya tahan / kekebalan tubuh anak meningkat
- ☛ Mencegah timbulnya berbagai penyakit

### Penyakit yang Dicegah oleh Imunisasi Dasar

- Penyakit Hepatitis B
- Penyakit TBC Paru
- Penyakit Difteri
- Penyakit Tetanus
- Penyakit Pertusis
- Penyakit Polio
- Penyakit Campak

### Siapa yang harus mendapat Imunisasi?

Semua bayi dan anak sehat umur **0-12** bulan harus mendapatkan imunisasi dasar lengkap

## Imunisasi Dasar Lengkap

Yang termasuk imunisasi dasar bagi bayi usia 0-12 bulan:

- ☛ **Imunisasi BCG** untuk melindungi bayi dari penyakit Tuberkulosis.
- ☛ **Imunisasi Polio** untuk bayi dari penyakit Polio (lumpuh layu).
- ☛ **Imunisasi Hepatitis B (HB)** untuk melindungi bayi dari penyakit Hepatitis B.
- ☛ **Imunisasi DPT** untuk melindungi bayi dari penyakit Difteri, Pertusis (batuk rejan), Tetanus.
- ☛ **Imunisasi Campak** untuk melindungi bayi dari penyakit Campak

**Di mana Imunisasi  
Dapat Diperoleh ??**

- POSYANDU
- PUSKESMAS
- Praktek Dokter/Bidan
- Rumah Sakit

## KAPAN BAWA IMUNISASI ?

**LIMA IMUNISASI DASAR LENGKAP (LIL)**  
UNTUK BAYI USIA DI BAWAH 1 TAHUN

UMUR BAYI	JENIS IMUNISASI
≤ 7 HARI	HEPATITIS B (HB) 0
1 BULAN	BCG, POLIO 1
2 BULAN	DPT/HB 1, POLIO 2
3 BULAN	DPT/HB 2, POLIO 3
4 BULAN	DPT/HB 3, POLIO 4
9 BULAN	CAMPAK

→ Imunisasi BCG di Lengan Kanan Atas

→ Imunisasi Campak di Lengan Kiri Atas

Imunisasi Polio diberikan melalui mulut

→ Imunisasi Hepatitis-DPT di Paha Bagian Luar

**Kondisi yang TIDAK memperbolehkan anak diimunisasi**

- Sakit berat, demam tinggi (panas lebih > 38,0 °C), disertai kejang
- Reaksi berlebihan (alergi) setelah diberikan salah satu jenis imunisasi → imunisasi yang sama tidak dilanjutkan

### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Febrina Oktavia Marwati  
 NIM : 15621518  
 Tempat Praktik : Praktik Mandiri Bidan Indah Rahmawati S.ST Keb  
 Pokok Bahasan : KB Suntik 3 Bulan  
 Sasaran : Ny"H"  
 Tanggal : 08 Maret 2018  
 Waktu : 10 menit

a. Tujuan Umum :

Ibu memahami tentang KB Suntik 3 Bulan

b. Tujuan Khusus :

Ibu mengerti tentang pengertian KB, pengertian KB suntik 3 bulan, cara kerja, efektivitas, keuntungan, efek samping, kerugian, indikasi dan kontraindikasi pemakaian KB suntik 3 bulan.

c. Materi : KB Suntik 3 Bulan

d. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab


e. Media : Leaflet


f. Proses Penyuluhan

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Menyampaikan maksud dan tujuan penyuluhan	2. Mendengarkan	
	3. Menjelaskan materi penyuluhan	3. Mendengarkan	
	4. Diskusi dan tanya jawab	4. Bertanya	
	5. Menyimpulkan materi penyuluhan	5. Mendengarkan	
	6. Menutup penyuluhan dan salam	6. Menjawab salam	

g. Evaluasi

Ibu dapat mengulang kembali tentang pengertian KB, pengertian KB suntik 3 bulan, cara kerja, efektivitas, keuntungan, efek samping, kerugian, indikasi dan kontraindikasi pemakaian KB suntik 3 bulan.

 **Pembimbing Lahan**  
 Ds. WONOKETRO  
 Kec. JETIS Kab. PONOROGO  
Indah Rahmawati, S.ST Keb

Mahasiswa  
  
Febrina Oktavia Marwati

### Kerugian suntik kb 3 bulan

1. Terdapat gangguan haid (*siklus haid tidak teratur*)
2. Tidak melindungi dari IMS (*Infeksi Menular Seksual*)
3. Berat badan yang bertambah
4. Timbulnya jerawat
5. Pusing/sakit kepala
6. Bisa menyebabkan warna biru dan rasa nyeri pada daerah suntikan akibat perdarahan bawah kulit.

### SIAPA SAJA YANG DAPAT MENGGUNAKAN KB SUNTIK 3 BULAN

1. Usia reproduksi
2. Setelah melahirkan
3. Menhendaki alat kontrasepsi jangka panjang
4. Menyusui dan membutuhkan alat kontrasepsi yang sesuai
5. Perokok
6. Setelah abortus dan keguguran
7. Sering lupa minum pil ontrasepsi
8. Menderita anemia defisiensi besi
9. Menggunakan obat untuk epilepsi (fenitoin dan barbiurat) atau obat tuberkulosis (rifampisin).
10. Telah banyak anak tetapi belum menghendaki tubektomi.

### Siapa yang TIDAK boleh menggunakan KB suntik 3 bulan??

1. Hamil atau dicurigai hamil, karena dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan
2. Ibu yang menderita kanker payudara
3. Riwayat kanker payudara
4. Diabetes mellitus yang disertai komplikasi
5. Perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya
6. Ibu yang menderita tekanan darah tinggi
7. Ibu yang mempunyai riwayat stroke

**INGAT !!!**

Memberikan penjelasan kepada ibu untuk tidak khawatir tentang efeksamping. Efek samping merupakan penyesuaian tubuh terhadap perubahan hormone sehingga kemungkinan tidak akan ber-

## KB SUNTIK 3 BULAN

OLEH  
FEBRINA OKTAVIA M  
15621518

DIII KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
PONOROGO  
2018



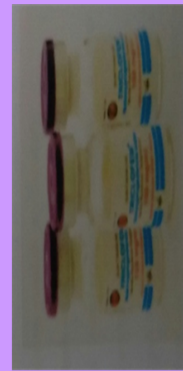
## Apa sih KB itu ???

Keluarga Berencana (KB) ialah suatu usaha yang mengatur banyaknya jumlah kelahiran sehingga dapat mencegah terjadinya kehamilan.

Kontrasepsi suntik progestin adalah

### Apa sih KB suntik 3 bulan itu???

progestin yang mempunyai efek progestin asli dari tubuh wanita dan merupakan suspensi steril medroxy progesterone acetate dalam air, yang mengandung progesterone asetat 150 mg



## Bagaimana cara kerja suntik KB 3 Bulan ???

1. Mencegah ovulasi.
2. Menjadikan selaput lender rahim tipis dan atrofi.
3. Menghambat transportasi gamet ke tuba

### Efektivitas KB suntik 3 Bulan

Kontrasepsi suntikan progestin memiliki efektivitas tinggi yaitu 0,3 kehamilan per 100 perempuan per tahun, asal penyuntikannya dilakukan secara teratur sesuai jadwal yang telah ditentukan.

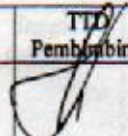
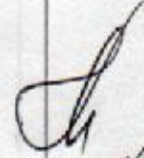



## Apa saja keuntungan dari KB suntik 3 bulan??

1. Efektifitas tinggi
2. Sederhana pemakaiannya
3. Tidak mengganggu hubungan seksual
4. Cocok untuk ibu menyusui
5. Menurunkan krisis anemia bulan sabit
6. Dapat mencegah penyakit endometrium, kehamilan ektopik, serta beberapa penyebab penyakit akibat radang panggul

## Apa saja efek samping nya??

1. Gangguan haid
2. Berat badan bertambah
3. Sakit kepala
4. Keputihan (Leukorea)
5. Galaktorea (pengeluaran ASI yang berlebihan)
6. Depresi
7. Pusing dan mual.

PEMBIMBING I  
SITI FARIDAH, S.ST., M.Kes

No	Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Evaluasi/Masukan	TTD Pembimbing
1.	10/18 4	Revisi BAB III ANC & INC		
2.	20/18 5	Revisi BAB III PNC & BBL, KB ACC ANC, INC		
3.	14/18 7	Revisi BAB IV ACC PNC, BBL + KB.		
4.	24/18 7	Revisi BAB 485		
5.	31/18 7	see usig LTA		

PEMBIMBING II  
SRININGSIH, S.ST., M.Kes

No	Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Evaluasi/Masukan	TTD Pembimbing
1.	15/18 3	home Antcz Jwe.	Revisi	
2.	31/18 3	kontrol Pne I, II, III	Revisi ke Pne I	
3.	12/18 4 7	Pne I, II, III, IV KB.	Revisi ke	
4.	24/18 7	KB. Neonatal I, II, III Pengisian darah & sampel	Revisi ke	
5.	28/18 7	KB Obat-obatan Pembelajaran	Revisi ke	
6.	31/18 7	Revisi LTA.		